

ENTREE :

Soupe de radis blanc au carotte

Green Space !

- Nombre de pièce : 4
- Temps de préparation : 20 minutes

- 4 radis blancs
- 2 carottes
- 4 oignons nouveaux
- 50g de Shiitake (champignon)
- 30 g de gingembre frais
- 2 cuil. à soupe d'huile de sésame blanc
- 4 cuil. à soupe de sauce soja salé
- 2 cuil. à soupe de sauce soja sucrée
- 2 cuil. à café de vinaigre de riz blanc
- 4 cuil. à soupe de sauce poisson
- 1.5 L d'eau
- Sel, Poivre noir, piment doux, ail en poudre

Étapes

1. Coupez les oignons, les carottes en bâtonnet, les Shiitake.
2. Chauffez l'huile de sésame, ajoutez les carottes, les oignons, les Shiitake, l'ail et 20g de gingembre.
3. Une fois les carottes demi-fondus, y verser l'eau, puis ajoutez les sauces soja, le vinaigre de riz et la sauce poisson, assaisonnez avec le sel, poivre et piment.
4. Epluchez le radis et coupez-les dans la longueur, puis râpez les en fine tranche.
5. Une fois l'eau à ébullition, y ajouter les radis et le reste du gingembre.
6. Servez dans des bols.

PLAT :

Poulet caramélisé

- Nombre de personnes : 4
- Temps Total : 1h 10 minutes

- 4 escalopes de poulet
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 2 cuil. à soupe de sauce soja sucré
- 1 cuil. à soupe de sauce soja salé
- 1 cuil. à soupe de miel
- 10 g de cacahuète
- Coriandre fraîche, gingembre frais, sel, poivre vert, piment fort en poudre

Étapes

1. Epluchez et émincez les oignons et les gousses d'ail.
2. Coupez les escalopes en dés.
3. Dans un bol, versé la sauce soja sucré et salé, le miel, ajoutez le gingembre émincé, le sel, le poivre vert et le piment.
4. Ajoutez les escalopes et laissez mariner 1 heure ou plus. Mettre un film plastique.
5. Pendant ce temps préparé du riz.
6. Faites cuire les dés 5-7 minutes.

DESSERT :

Glace thé matcha

- Nombre de personnes : 4
- Temps Total : 5h 55 minutes (55 min de préparation, 5h de repos)

- 3 cuil. à soupe de thé matcha
 - 30 cl de crème fraîche entière
 - 210 ml de lait
 - 3 jaunes d'œuf
 - 40g de sucre
 - 1 sachet de sucre vanillé
-
- Placez le contenant de la sorbetière au congélateur.
-
- Blanchissez le jaune d'œuf et le sucre jusqu'à ce que la préparation double de volume.
 - Chauffez la crème, le lait, le sucre vanillé et le thé, jusqu'à ce que le thé se dissout. Ne pas laisser bouillir.
 - Mélangez progressivement les deux préparations.
 - Laissez turbiner 35 minutes, puis réservez au congélateur 5 heures.